

前思春期児童と保護者への食意識調査

Research of Dietary Awareness for Preadolescent children and their parents

山田 由理子 (Yuriko Yamada) 指導：菅野 純

【序論】

食育基本法が制定され、食育・共食重視のなか、家庭の食には朝食欠食・孤食・個食等問題が指摘されている。近年増加している摂食障害等の食行動の問題は、家族内の葛藤の表れともされている。その象徴として、食卓状況が問題となることも多い。食には心身を育てる正の部分と、反対に摂食障害に代表されるような負の部分がある。その両者を俯瞰した研究は少ない。一方、前思春期（小学校高学年）は、瘦身願望が強まり、摂食障害好発年齢直前とされている。また、問題行動が顕在化しやすく自己イメージが芽生える重要な時期でもある。本研究では、そうした前思春期児童及び保護者に対し、包括的な食意識調査を行った。

第1研究：前思春期児童と保護者への実態調査

小学校5年生児童と保護者に、自己記入式質問紙を実施した。質問項目を、身体意識・空腹感・朝食観・夕食観・好みの料理・食卓状況の会話・食事イメージ・食事の手伝い・食卓状況の配慮・保護者の思い・登校の気もちの11カテゴリーで検討した。以下、その結果概要を示す。

結果 ①児童の空腹感：児童の空腹感は概して薄い、保護者はわが子の空腹感の認識が的確ではない。

②孤食：朝食孤食は男児が22%。孤食は、保護者においても、男児の保護者に多い。また、共食感覚が児童と保護者で異なっている。夕食の孤食も男児に多かった（19%）。

③好みの料理：児童はハンバーグ等の手づくり料理を好む傾向がみられ、一方、母親は煮物等の伝統食も心がけている傾向がみられた。

④食卓状況：食事中52%の児童が家族と話し（>テレビ視聴）、家族との会話時間は、72%が食事中と食後の同乗だった。児童の選ぶ話題は、学校のできごとが62%と半数を超えた。保護者も子どもの話がきける時間と捉えている。食が、親子関係の媒介となっていることがあきらかとなった。食文化への関心（旬の食材の選択等）が、食卓状況を支えていることが推察された。

⑤食事の手伝い：児童の88%が食事を手伝っている。児童に家族の食への参加の自覚がみられた。

⑥食卓状況への配慮：いただきます・ごちそうさまの挨拶をする、残さず食べる、楽しく会話する等、児童自らが、食

卓状況に配慮していることが推察された。

⑦児童と保護者の思いのずれ：食卓場面を中心とした会話から受けとめる保護者の思いについて、児童は将来のこと等を気遣われていると感じ、保護者の思い（男児保護者：生活習慣、女児保護者：友人関係）とずれがあった。

第2研究：児童の孤食群と共食群の比較

第1研究から、孤食群と共食群を抽出し、それぞれの食卓状況の違いと、食卓が及ぼす影響について検討した。

6つの変数のポジティブ得点・ネガティブ得点を算出し、平均値の差の検定を行った。「食事イメージ」に有意差、「食事の手伝い」に有意傾向が認められ、孤食群の負の食事イメージと手伝い行動との関連が示唆された。

第3研究：食にまつわる保護者の自由記述

自由記述を分析し、保護者が食に何を「表現」し、得ようとしているか検討した。

①食から連想する漢字1文字：楽・幸・生等記された24漢字から、肯定的な食意識がうかがえた。

②食事ルール：家庭の食事文化を反映する、34の食事ルール（挨拶、用意や片づけ、食態度等）があげられた。

③食の気遣い・困り感：内容より6分類（子どもの食態度懸念、子どもとの協働作業、保護者自身の困り感等）、形態より3分類（肯定・感情中立・憂慮型）に分けられ検討した。

【総合考察】

本研究の対象児・者は、健康的な食意識の母集団と分析できた。調査校が住宅地域という立地背景をもち、保護者が食卓状況へ配慮していることによると考えられた。しかしながら、対象の偏りという限界は否めない。

本研究でみられた、食卓状況での会話の重視傾向は、摂食障害児の家庭の食卓状況と比して、著しく異なっている。また、保護者の自由記述からは、食は、心身の栄養供給のみにとどまらず、それをつくる保護者の「表現」としての意味もあきらかになった。親の食意識がもりこまれた食事を子どもが受容し、子どもはそれを評価するという好循環を重ねていくことで、食を介した親子関係が深まっていくものと考えられる。